Menerjemahkan hidup bagi kehidupan

Amalan Selama di Bulan Ramadhan

Ramadhan punya makna tersendiri di hati umat Islam. Bulan ini adalah bulan rihlah ruhaniyah (wisata rohani). Umat Islam melepas belenggu materialisme dunia dengan menghidupkan dunia ruhiyah. Sebulan penuh umat Islam menjalani proses tadzkiyatun nafs (pembersihan jiwa). Sebulan penuh umat Islam melakukan riyadhatur ruhiyah (olah rohani).
Sebulan penuh umat Islam bagai ulat dalam kepompong Ramadhan. Diharapkan di akhir Ramadhan kondisi rohani mereka secantik kupu-kupu. **"Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa." [QS. Al-Baqarah (2): 183]**

Amal-amal apa saja yang bisa kita lakukan di bulan Ramadhan agar kita bisa memperoleh derajat takwa?

1. Berpuasa (Shiyam)

Amal yang utama di bulan Ramadhan tentu saja berpuasa. Hal ini diperintahkan Allah swt. dalam Al-Quran surat Al-Baqarah (2) ayat 183-187. Karena itu, agar puasa kita tidak sia-sia, perdalamlah wawasan kita tentang puasa yang benar dengan mengetahui dan menjaga rambu-rambunya. Sebab, puasa bukan sekadar tidak makan dan tidak minum. Tapi, ada rambu-rambu yang harus ditaati. Kata Rasulullah saw., **"Barangsiapa berpuasa Ramadhan kemudian mengetahui rambu-rambunya dan memperhatikan apa yagn semestinya diperhatikan, maka hal itu akan menjadi pelebur dosa-dosa yang pernah dilakukan sebelumnya." (HR. Ibnu Hibban dan Al-Baihaqi)**
Jangan pernah tidak berpuasa sehari pun tanpa alasan yang dibenarkan syariat. Meninggalkan puasa tanpa uzur adalah dosa besar dan tidak bisa ditebus meskipun orang itu berpuasa sepanjang masa. **"Barangsiapa tidak puasa pada bulan Ramadhan sekalipun sehari tanpa alasan rukhshah atau sakit, hal itu (merupakan dosa besar) yang tidak bisa ditebus bahkan seandainya ia berpuasa selama hidup," begitu kata Rasulullah saw. (HR. At-Turmudzi)**
Jauhi hal-hal yang dapat mengurangi dan menggugurkan nilai puasa Anda. Inti puasa adalah melatih kita menahan diri dari hal-hal yang tidak benar. Bila hal-hal itu tidak bisa ditinggalkan, maka nilai puasa kita akan berkurang kadarnya. Rasulullah saw. bersabda, **"Bukankah (hakikat) puasa itu sekadar meninggalkan makan dan minum, melainkan meninggalkan perbuatan sia-sia dan kata-kata bohong." (HR. Ibnu Hibban dan Ibnu Khuzaimah).** Rasulullah saw**.** juga berkata, **"Barangsiapa yang selama berpuasa tidak juga meninggalkan kata-kata bohong bahkan mempraktikkanya, maka tidak ada nilainya bagi Allah apa yang ia sangkakan sebagai puasa, yaitu sekadar meninggalkan makan dan minum." (HR. Bukhari dan Muslim).**
Semua itu tidak akan bisa kita lakukan kecuali dengan bersungguh-sungguh dalam melaksankannya. Dengan begitu, puasa yang kita lakukan menghasilkan ganjaran dari Allah berupa ampunNya. Rasulullah saw. bersabda, **"Barangsiapa berpuasa Ramadhan dengan sepenuh iman dan kesungguhan, maka akan diampuni dosa-dosa yang pernah dilakukan." (HR. Bukhari, Muslim, dan Abu Dawud)**

Salah satu bentuk kesungguhan dalam berpuasa adalah, melakukan makan sahur sebelum tiba waktu subuh. Rasulullah saw. menerangkan, **“Makanan sahur semuanya bernilai berkah, maka jangan Anda tinggalkan, meskipun hana dengan seteguk air. Alah dan para malaikat mengucapkan salam kepada orang-orang yang makan sahur.”**
Selain sahur, menyegerakan berbuka ketika magrib tiba, juga bentuk kesungguhan kita dalam berpuasa. **“Sesungguhnya termasuk hamba Allah yang paling dicintai olehNya ialah mereka yang menyegerakan berbuka puasa,” begitu kata Rasulullah saw. Rasulullah saw. memberi contoh bersegera berbuka puasa walaupun hanya dengan ruthab (kurma mengkal), tamar (kurma), atau seteguk air. (HR. Abu Dawud dan Ahmad).**
Selama berpuasa, jangan lupa berdoa. Doa yang banyak. Sebab, doa orang yang berpuasa mustajab. Ini kata Rasulullah saw., **“Ada tiga kelompok manusia yang doanya tidak ditolak oleh Allah. Yang pertama ialah doa orang-orang yang berpuasa sehingga mereka berbuka.” (HR. Ahmad dan Turmudzi)**

2. Membaca Al-Qur’an (Tilawah)
Al-Qur’an diturunkan perama kali di bulan Ramadhan. Maka tak heran jika Rasulullah saw. lebih sering dan lebih banyak membaca Al-Qur’an di bulan Ramadhan dibandingkan di bulan-bulan lain. Imam Az-Zuhri berkata, **“Apabila datang Ramadhan, maka kegiatan utama kita selain berpuasa adalah membaca Al-Qur’an.”** Bacalah dengan tajwid yang baik dan tadabburi, pahami, dan amalkan isinya. Insya Allah, kita akan menjadi insan yang berkah.
Buat target. Jika di bulan-bulan lain kita khatam membaca Al-Qur’an dalam sebulan, maka di bulan Ramadhan kita bisa memasang target dua kali khatam. Lebih baik lagi jika ditambah dengan menghafal satu juz atau surat tertentu. Ini bisa dijadikan program unggulan bersama keluarga.

3. Memberikan makanan (Ith’amu ath-tha’am)
Amal Ramadhan yang juga dianjurkan Rasulullah saw. adalah memberikan santapan berbuka puasa kepada orang-orang yang berpuasa. **“Barangsiapa memberi makanan berbuka kepada orang-orang yang berpuasa, maka ia mendapat pahala senilai pahala orang yang berpuasa itu tanpa mengurangi pahala orang yang berpuasa tersebut.” (HR. Turmudzi dan An-Nasa’i)**
Sebenarnya memberi makan untuk orang berbuka hanyalah salah satu contoh bentuk kedermawanan yang ingin ditumbuhkan kepada kita. Masih banyak bentuk sedekah yang bisa kita lakukan jika kita punya kelebihan rezeki. Peduli dan sigap menolong orang lain adalah sifat yang ingin dilatih dari orang yang berpuasa.

4. Perhatikan kesehatan
Berpuasa adalah ibadah mahdhah. Tapi orang yang berpuasa juga sebenarnya adalah orang yang peduli dengan kesehatan. Makanya Rasulullah saw. berkata, **“Berpuasalah kamu, maka kamu akan sehat.”** Tak heran jika selama berpuasa Rasulullah saw. tetap memperhatikan kesehatan giginya dengan bersiwak, berobat dengan berbekam, dan memperhatikan penampilan, termasuk tidak berwajah cemberut.

5. Jaga keharmonisan keluarga

Puasa adalah ibadah yang khusus untuk Allah swt. Tapi, punya efek yang luas. Termasuk dalam mengharmoniskan hubungan keluarga. Jadi, berpuasa bukan berarti menjauh dari istri karena taqarrub kepada Allah sepanjang malam. Bukan juga tiada hari tanpa i'tikaf. Rasulullah saw. berpuasa, tapi juga memenuhi hak-hak keluarganya. Dalam praktik keseharian, hanya di bulan Ramadhan kita bisa makan bersama secara komplit sekeluarga, baik ketika berbuka atau sahur. Di bulan lain hal ini sulit dilakukan. Keharmonisan keluarga juga bisa kita dapatkan dari shalat berjamaah dan tadarrus bersama.

6. Berdakwah
Selama Ramadhan kita punya kesempatan berdakwah yang luas. Karena, siapapun di bulan itu kondisi ruhiyahnya sedang baik sehingga siap menerima nasihat. Jadi, jangan sia-siakan kesempatan ini. Rasulullah saw. bersabda, barangsiapa menunjuki kebaikan, baginya pahala sebagaimana orang yang mengamalkannya tanpa mengurangi pahala orang yang mengamalkannya sedikitpun. Jika mampu, jadilah pembicara di kultum ba'da sholat zhuhur, ashar, dan subuh di musholah atau masjid. Bisa juga menjadi penceramah di waktu tarawih. Jika tidak bisa berceramah, buat tulisan. Sebarkan ke orang-orang yang Anda temui. Jika tidak bisa, bisa mengambil artikel-artikel dari majalah, fotocopy, lalu sebarkan. Insya Allah, berkah.
Ini sebenarnya hanyalah langkah awal bagi kerja yang lebih serius lagi. Dengan melakukan hal-hal sederhana seperti di atas, sesungguhnya Anda sedang melatih diri untuk menjadi sosok yang bermanfaat bagi orang lain. Kata Rasulullah saw., mukmin yang baik adalah yang paling banyak manfaatnya bagi orang lain.

7. Shalat Tarawih (Qiyamul Ramadhan)
Ibadah sunnah yang khas di bulan Ramadhan adalah shalat tarawih (qiyamul ramadhan). Rasulullah saw., karena khawatir akan dianggap menjadi shalat wajib, melaksanakan shalat tarawih berjamaah bersama para sahabat tidak sepanjang Ramadhan. Ada yang meriwayatkan hanya tiga hari. Saat itu Rasulullah saw. melakukannya secara berjamaah sebanyak 11 rakaat dengan bacaan surat-surat yang panjang. Tapi, di saat kekhawatiran akan diwajibkannya shalat tarawih sudah tidak ada lagi, Umar bi Khattab menyebutkan jumlah rakaat shalat tarawih adalah 21 atau 23 rakaat (HR. Abdur Razzaq dan baihaqi).
Ibnu hajar Al-Asqalani Asy-Syafi'i berkata, "Beberapa riwayat yang sampai kepada kita tentang jumlah rakaat shalat tarawih menyiratkan ragam shalat sesuai dengan keadaan dan kemampuan masing-masing. Kadang ia mampu melaksanakan shalat 11 rakaat, kadang 21, dan terkadang 23 rakaat, tergantung semangat dan antusiasmenya masing-masing. Dahulu mereka shalat 11 rakaat dengan bacaan yang panjang sehingga mereka bertelekan dengan tongkat penyangga, sedangkan mereka shalat 21 atau 23 rakaat, mereka membaca bacaan-bacaan yang pendek dengan tetap memperhatikan masalah thuma'ninah sehingga tidak membuat mereka sulit."
Jadi, silakan Anda qiyamul ramadhan sesuai dengan kadar kemampuan dan antusiasme Anda.

8. I'tikaf

Inilah amaliyah ramadhan yang selalu dilakukan Rasulullah saw. I'tikaf adalah berdiam diri di masjid dengan niat beribada kepada Allah swt. Abu Sa'id Al-khudri meriwayatkan bahwa Rasulullah saw. pernah beri'tikaf pada awal Ramadhan, pertengahan Ramadhan, dan paling sering di 10 hari terakhir bulan Ramadhan. Sayangnya, ibadah ini dianggap berat oleh kebanyakan orang Islam, jadi sedikit yang mengamalkannya. Hal ini dikomentari oleh Imam Az-Zuhri, "Aneh benar keadaan orang Islam, mereka meninggalkan i'tikaf padahal Rasulullah tidak pernah meninggalkannya sejak beliau datang ke Madinah sampai beliau wafat."
Mudah-mudahan Anda bukan dari golongan yang kebanyakan itu.

9. Lailatul Qadar

Ada bulan Ramadhan ada satu malam yang istimewa: lailatul qadar, malam yang penuh berkah. Malam itu nilainya sama dengan seribu bulan. Rasulullah saw. amat menjaga-jaga untuk bida meraih lailatul qadar. Maka, Beliau menyuruh kita mencarinya di malam-malam ganjil pada 10 hari terakhir bulan Ramadhan. Kenapa? Karena, "**Barangsiapa yang shalat pada malam lailatul qadar berdasarkan iman dan ihtissab, maka Allah akan mengampuni dosa-dosanya yang telah lalu."** Begitu kata Rasulullah saw. yang diriwayatkan oleh Bukhari dan Muslim. Bahkan, untuk mendapatkan malam penuh berkah itu, Rasulullah saw. mengajarkan kita sebuah doa, "Allahumma innaka 'afuwun tuhibbul 'afwa fa'fu 'annii." Ya Allah, Engkaulah Pemilik Ampunan dan Engkaulah Maha Pemberi Ampun. Ampunilah aku.

10. Umrah

Jika Anda punya rezeki cukup, pergilah umrah di bulan Ramadhan. Karena, pahalanya akan berlipat-lipat. **Rasulullah saw. berkata kepada Ummu Sinan, seorang wanita Anshar, agar apabila datang bulan Ramadhan, hendaklah ia melakukan umrah, karena nilainya setara denagn haji bersama Rasulullah saw. (HR. Bukhari dan Muslim)**

11. Zakat Fitrah

Zakat fitrah wajib dibayarkan sebelum hari Ramadhan berakhir oleh umat Islam, baik lelaki-perempuan, dewasa maupun anak-anak. Tujuannya untuk mensucikan orang yang melaksanakan puasa dan untuk membantu fakir miskin.

12. Perbanyaklah Taubat

Selama bulan Ramadhan Allah swt. membukakan pintu ampunan bagi hamba-hambanya dan setiap malam bulan Ramadhan Allah membebaskan banyak hambaNya dari api neraka. Karena itu, bulan Ramadhan adalah kesempatan emas bagi kita untuk bertaubat kembali ke fitrah kita.